

Меню на 30.12.2021г.

Приём пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества(гр.)			Энергетич еская ценность (ккал.)	Вита мин С	№ рецеп туры	Стоимость
День 4			Б	Ж	У				
Завтрак									
	Кулеш пшениный молочный	200	2,62	3,28	9,44	78,19	0,38	229	8,1
	Чай с сахаром	180	4,84	5,10	17,23	135,68	0,9	96	38,55
	Булка с маслом	30 5	2,35	4,53	15,10	110,75		110	7,86
Обед	Рассольник на к/б со сметаной	200 11	2,41	2,64	19,03	109,85	2	83	3,08
	Гороховое пюре	120	5,52	2,83	35,29	188,53	7,5	108	3,1
	Котлета из мяса кур	80	15,30	14,97	12,76	246,85	0,4	323	29,36
	Компот из сухофруктов	180	0,09	0,01	15,27	63,25	3,08	386	2,91
	Хлеб ржаной	40	3,16	0,40	19,32	94,00			1,79
Полдник	Какао на молоке	180	9,10	9,20	0,00	119,00	24	79	43,96
	Булка	20	0,00	0,00	9,98	39,90	0,09	101	1,2
Ужин	Чай с сахаром	180	5,52	2,83	35,29	188,53	3,15	56	4,05
	Вафли	15	3,16	0,40	19,32	94,00			0,9